

www.trome.com
facebook.com/tromepe @tromepe

trome

AÑO 24 | Nº 8676
MIÉRCOLES 23 DE JULIO DEL 2025
DIRECTOR PERIODÍSTICO: CARLOS ESPINOZA OLCAY
S/1.00
VÍA AÉREA S/ 1.20

INSCRÍBETE AL 710-0260 O INGRESA A trome.com
HOY S/200

Hazla linda estas Fiestas Patrias con el... BINGO BICOLOR trome

1 PREMIO DE 20,000 SOLES 8 PREMIOS DE 5,000 SOLES 20 PREMIOS DE 1,000 SOLES 1,000 PREMIOS DE 100 SOLES 900 PREMIOS DE 50 SOLES

HOY CUPONES GRATIS

CHOCA CON GREMIO A LAS 7:30 DE LA NOCHE POR LA COPA SUDAMERICANA

ALIANZA A PONERLE CORAZÓN

PÁGINA 11

EXTRANJERO LOS AMENAZABA DE MUERTE PARA COBRAR CUPOS

VENEZOLANO GOLPEABA A CHOFERES

PÁGINA 4

TUMBES, PIURA, AREQUIPA Y LAMBAYEQUE LOS PREFERIDOS

MILLÓN Y MEDIO VIAJAN POR FERIADOS

PÁGINA 7

MUNICIPALIDAD DE SURCO TAMBIÉN MULTÓ A PRODUCCIÓN DE ESPECTÁCULO POR TOCAMIENTOS INDEBIDOS A KORINA

BAILARÍN FUE DETENIDO

CANCELAN CIRCO DE MAÑOSO

POLICÍA DETUVO A BAILARÍN HÚNGARO, QUIEN PERMANECE EN LA COMISARÍA DE MONTERRICO

Página 16

ENCUESTA



SÍ 32%

NO 68%

AYER
¿Votaría por Roberto Chiabra para presidente de la República?

HOY
¿Votaría por Alfonso López Chau para la presidencia de la República?

RESPONDA EN TROME.COM

PALABRAS DEL ALMA

“Alianza Para el Progreso ha presidido el Congreso dos años consecutivos y las consecuencias las hemos sufrido todos”.
ALEJANDRO MUÑANTE (CONGRESISTA)





“No me dejo manejar. Hay una leyenda urbana en el sentido de que yo habría sido el ahijado de Juan Santiváñez, y todo ello por haberlo ido a visitar”.
CARLOS MALAVER (MINISTRO DEL INTERIOR)

DÓLAR
3.54 COMPRA
3.57 VENTA

EURO
4.24 COMPRA
4.26 VENTA

CLIMA
MÁXIMA 18°
MÍNIMA 16°

trome
Editor General:
José Castillo Altez

Contenido elaborado por Empresa Editora El Comercio S.A. Jr. Paracas N°530, Pueblo Libre, Lima21. Teléfono: **311-6500.**

Fax: 311-6353.
Página web: **www.trome.com**
E-mail: **trome@trome.com**
Publicidad: **708-9999.**

Impreso en la Planta Pando de Empresa Editora El Comercio S.A. Jr. Paracas N°530, Pueblo Libre, Lima21.
Todos los derechos reservados. Prohibida su reproducción total o parcial. Hecho el
Depósito Legal en la Biblioteca Nacional del Perú N°2001-1992
Los artículos firmados y/o de opinión son de exclusiva responsabilidad de sus autores.

LA SEÑO MARÍA



MENOS FERIADOS Y A TRABAJAR MÁS

Mi amigo, el fotógrafo Gary, llegó al restaurante por un tallarín saltado de pollo y su sopita wantán. Para tomar pidió una jarrita con agua de maracuyá. **“María, el Perú es un país en vías de desarrollo. Sin industrias ni sectores tecnológicos de nivel, su producción se reduce a materias primas, algo de agroindustria y pesca.** Para acceder al primer mundo necesitamos mucho trabajo. Por eso no se explica por qué tenemos tantos días no laborables, en especial desde el gobierno de Pedro Castillo. Por ejemplo, hoy es feriado nacional por el Día de la Fuerza Aérea del Perú. **Está bien que se recuerde con homenajes a nuestros héroes y momentos fundamentales que significaron defender el territorio nacional, pero eso no quiere decir que dejemos de laborar.**

El gobierno de Castillo incorporó hace tres años más días no laborables. Además del día de la FAP, existe la Batalla de Arica y Día de la Bandera (7 de junio), Batalla de Junín (6 de agosto) y Batalla de Ayacucho (9 de diciembre). Y el actual, que dirige Dina Boluarte, no se queda atrás. En Perú, para el año 2025, se han declarado tres nuevos días no laborables para el sector público, que también pueden ser adoptados por el sector privado: el viernes 2 de mayo, el viernes 26 de diciembre y el 2 de enero de 2026.

Un país pobre como el Perú necesita laborar más, producir más dinero a fin de salir de la situación donde estamos. Se ve clarito que ni la presidenta ni el Congreso han sido alguna vez gerentes o empresarios. Si así fuera, sabrían la importancia del trabajo para generar riqueza. Un poco más y declaran feriado nacional por el día del chicharrón o del perro peruano sin pelo. **Todos los países que hoy son potencia trabajaron duro para salir de la pobreza, desarrollar sus industrias y servicios y emerger como naciones fuertes.** Hoy pertenecen al mundo desarrollado. Los ejemplos están ahí: Corea del Sur, Singapur, Japón, Estados Unidos o China. A nosotros, que no tenemos nada y nos falta todo, nos mandan a descansar a la casa. El mundo al revés”. Bien dicho por Gary. Me voy, cuídense.

KARRY



LOS ‘TUITS’ DEL DÍA




@Anarefue
ANA REFUE

Hagan algo o a la golpista Betssy Chávez le va a pasar algo. Está flaquísima y demacrada.




@Midiclorianos
ANDRÉS LOZANO

Lo de Ozzy es quizás de lo más poético que ha sucedido en los últimos tiempos.
Cerró su carrera haciendo lo que mejor sabía hacer, se despidió como lo que era: un coloso.
Qué nivel de leyenda.

HABLAN LOS TROMES

Los paros de choferes

Ojalá que el Gobierno hile muy fino con esto de los anunciados paros en julio. Muchos, como yo, estamos pensando viajar a provincias por los feriados, pero esto nos descoloca. Comprendo a los choferes, que son atacados a mansalva por el hampa de la extorsión. Y lo peor: no tienen respuesta del Gobierno ni del Congreso. A Dina solo le importa su sueldazo y regalitos, y al Parlamento los lobbys y el poder.

Luis Augusto Villa
Vecino de Surco

Los trabajadores de transporte público están entre la espada y la pared. Si no pagan extorsiones, los matan. Si se resisten, los matan. Ahora anuncian que policías irán en cada bus. Eso no es verdad. Solo en Lima hay más de 80 mil buses.

Ataque a Korina

El ataque sufrido por Korina Rivadeneira en un circo es una muestra de que muchos hombres siguen considerando a las mujeres como meros objetos sexuales. Y que si sonríen o se muestran sensuales es porque quieren algo. Debe investigarse la denuncia y que siente un precedente para que no vuelva a pasar. Eso pasa mucho en los buses de transporte público. Muchas mujeres son manoseadas por enfermos.

Jennifer Soto Aspausa
Vecina de San Borja

La Policía intervino al denunciado, un bailarín europeo, y se ha clausurado el circo. La reacción de la venezolana Korina Rivadeneira es lógica. Se sintió violentada por un extraño. Debe producirse un castigo para que sirva como ejemplo.

EMERGENCIAS

Bomberos	116
Emergencias	105
Defensa Civil	115
Essalud	4118000
Águilas Negras	3623277
Escuadrón verde	4276904
Luz del Sur	6175000
Sedapal	3178000
Indecopi	2247777
Pluz Energía	5171717









10% DTO Por compras de pasajes

Promoción válida hasta el 31 de julio del 2025 y/o agotar stock. Stock mínimo 10 pasajes. Se debe mostrar esta publicidad para participar. Válido solo para compras de pasajes en boletería del Gran Terminal Terrestre Plaza Norte. Aplica términos y condiciones.





DESDE S/ 100 Pasajes a Tumbes

Promoción válida hasta el 31 de julio del 2025 y/o agotar stock. Stock mínimo 10 pasajes. Se debe mostrar esta publicidad para participar. Válido solo para compras de pasajes en boletería del Gran Terminal Terrestre Plaza Norte. Aplica términos y condiciones.

¡Y AHORA!





LLEGADA DIRECTA
DESDE EL NUEVO AEROPUERTO
CON LA RUTA **TERMNAL NORTE**

Síguenos en:



www.granterminalterrestre.pe



GRAN TERMINAL TERRESTRE
Plaza Norte

FINGIERON OPERATIVO

Falsos policías asesinan a 'Gordo Randy'



JORGE DOMÍNGUEZ (29)

Sicarios vestidos de policías usaron un lujoso automóvil Audi robado para asesinar a balazos a un dirigente de construcción civil, en su vivienda de Carabayllo.

A las siete de la mañana, los asesinos, en un falso operativo policial, irrumpieron en una casa en el jirón 25 de Febrero 123. Uno de los pistoleros acribilló a Jorge Domínguez Rodríguez (29), 'Gordo Randy', quien murió en el acto. Minutos antes, su hijo se había ido al colegio.

Los sicarios abandonaron el Audi gris, con placa clonada y que fue robado el 13 de junio pasado, en Salamanca.

Era la segunda vez que atacaban a 'Gordo Randy'. El 2 de agosto del 2024, dos pistoleros desde una moto lineal le dispararon, hiriéndolo en el tórax dentro de un carro. (E. Cirilo)

A EXRECLUSO

'Nene' mató por cupos





VÍCTIMA

Nueve meses de prisión preventiva impuso un juez a Cristian Brusil Solís (38), 'Nene', por el asesinato de un exreo, en el Cercado de Lima.

Detectives de la División de Investigación de Homicidios lo habían detenido. Con otros dos sujetos atacó a Jhon William Caballero Miranda (46), el 30 de noviembre del 2024, en el jirón Antonio Bazo. Fue por la disputa del cobro de cupos. (E.C.)

PROMOCIONES trome

COMUNICADO
"BINGO BICOLOR"

Querido lector, se le informa lo siguiente:

Para reclamar los premios en efectivo y giftcard de las cartillas correspondientes a la semana 4 de la promoción **"Bingo Bicolor"**, se tiene como plazo máximo hasta el **jueves 31 de julio del 2025**.

Agradecemos su compresión.

Promociones Trome.

EXTRANJERO SE GRABABA CUANDO AMENAZABA Y AGREDÍA A CHOFERES DE COMBIS

SORPRENDIÓ A LA POLICÍA DANDO UN FALSO NOMBRE

ERLAN BELLO SIFUENTES (28)

EN HUAYCÁN

VENEZOLANO COBRABA CUPOS A GOLPES



Choferes de empresas de transporte público piden medidas efectivas por las extorsiones y ataques que sufren.

Cayó un peligroso sujeto que se había convertido en el terror de los conductores de combis de transporte que cubren la ruta Huaycán-Puente Nuevo-Acho cobrándoles cupo y que se grababa cuando los amenazaba de muerte y agredía.

Tras varios días de vigilancia, la Brigada Antirrobos de la Dirincri arrestó al venezolano Erlan Antonio Bello Sifuentes (28), en la avenida 15 de Julio, en Huaycán, Ate Vitarte.

Tenía seis cartuchos para arma de fuego y en un celular se encontró los mensajes amenazantes. También, una gorra deportiva, que usó al atacar a un chofer.

Los agentes obtuvieron varios videos donde se aprecia al extranjero subiendo a las camionetas rurales de la empresa Calixto Siglo XXI. Agresivamente se dirige a los choferes y los golpea, junto a otro sujeto.

Aunque niega extorsionar a los transportistas, en los videos su rostro aparece nítidamente e incluso se le escucha ordenar 'graba, graba' y luego sube a la combi. También tiene una foto donde muestra un arma.

El coronel PNP Juan Montufar Lezama, jefe de la Brigada Antirrobos, dijo que el venezolano brindó un nombre falso para despistar. Cuando se obtuvo su verdadera identidad se comprobó que posee amplio prontuario policial.

En su defensa, aseguró que no extorsiona a los transportistas y que solo le reclamó a un chofer por haber chocado su vehículo. (E. Cirilo)

HAY UN HERIDO

Bandas se agarran a balazos



En un feroz tiroteo, al parecer, entre bandos rivales, una persona resultó herida de bala, en el pueblo joven Año Nuevo, en Comas. Como prueba de la salvaje balacera, quince casquillos de bala quedaron regados en el suelo, en la avenida Miguel Grau y el jirón Montero Rosas.

Alexis Atención Ulloa terminó con heridas de bala en la pierna derecha y fue llevado al hospital Sergio Bernales de Collique.

Policías encontraron un casco de motociclista tirado en la pista frente a un salón de belleza. Sería de uno de los que participó en el tiroteo.

Serían mafias que se disputan el control de la venta de drogas en la zona. (E. Cirilo)

ENTRETENIMIENTO Y LA MEJOR INFORMACIÓN











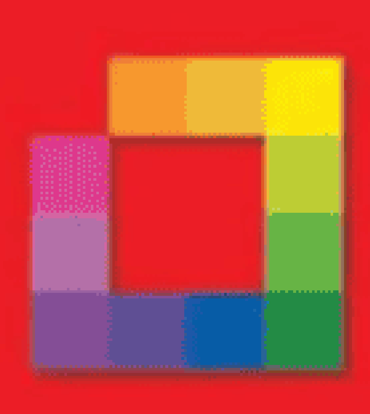






Encuéntranos en:

SEÑAL ABIERTA	Claro TV	Movistar TV	DirecTV	BEST CABLE
1	12 / 512 HD	12 / 712 HD	1191 HD	8



willax









Todos los días inscribe tu Número de la Suerte llamando al 710-0260 o en www.trome.com

GANADOR DE S/200 DEL DÍA 22/07/25

NOMBRE: ISABEL OYANGUREN
DISTRITO: SURCO
N° DE LA SUERTE: 2028828



Inscripciones todos los días de 6:00 a.m. a 4:00 p.m. Sorteos: 5:00 p.m. Términos y condiciones en www.trome.com
EMPRESA EDITORA EL COMERCIO S.A. RUC: 20143229816

1 PREMIO DE 20,000 SOLES 8 PREMIOS DE 5,000 SOLES 20 PREMIOS DE 1,000 SOLES
1,000 PREMIOS DE 100 SOLES 900 PREMIOS DE 50 SOLES

Hazla linda estas Fiestas Patrias con el ...
BINGO BICOLOR trome

COBRA AL TOQUE

Los ganadores en Lima Metropolitana de 50 y 100 soles deben ir con su canillita de confianza para validar su cartilla.

Para premios de mil soles o más deberán acercarse al **jirón Paracas 530, Pueblo Libre, los martes y jueves.**

Los ganadores de provincias deben ir a la agencia más cercana.

PEGA LOS CUPONES EN LAS CARTILLAS

TENEMOS MILES DE PREMIOS PARA TI

No te quedes y sigue pegando los cupones en las cartillas de la promoción Bingo Bicolor, pues aún hay miles de montos para ti. Ojo que tenemos más de 200 mil soles en premios.

CELEBRA A LO GRANDE

Ojo, que con una sola jugada te puedes llevar a casa montos de cinco mil y mil soles en efectivo. De lunes a viernes entregamos seis cupones y los sábados y domingos salen ocho. ¡Con un poquito de suerte podrás celebrar las Fiestas Patrias con los bolsillos llenos!

ASÍ SE GANA

→ **Los lunes** recibirás una cartilla gratis con tu Trome.
→ **Como son diferentes,** mientras más tengas mayores chances de ganar.
→ **Los cupones se publican todos los días.** De lunes a viernes son seis. Los sábados y domingos, ocho.
→ **Para ganar,** completa con los cupones una columna de cinco espacios de una letra de BINGO.
→ **Te llevas los 20 mil soles** si llenas los cinco casilleros de la B.
→ **Los 5 mil soles** serán tuyos al completar los recuadros de la letra I.
→ **Las letras N, G y O** también tienen premios.



LLÉVATE MONTOS POR MIL O 5 MIL SOLES PARA QUE PASES BONITAS FIESTAS PATRIAS

EJEMPLO: ¡GANASTE S/20,000!

SALUD



AudiPhone
Centro Audiológico

VUELVE A OÍR TU HIMNO TU GENTE Y TUS FIESTAS
CON CLARIDAD

AGENDA TU CITA HOY

Aló AudiPhone (01) 510 1313

983 402 173

SAN ISIDRO (01)410 8541 Av. Javier Prado Este 167
SANTA ANITA (01)543 9298 Av. Los Ruiseñores 476 Of. 501
LOS OLIVOS (01)782 4440 Carlos Izaguirre 1182 -1er. piso
MIRAFLORES (01)696 6573 Calle Francisco de Paula Ugarriza 813 Ofic. 201 alt. cdra. 14 de 28 de Julio
SAN MIGUEL (01)657 3009 Av. Elmer Faucett 188
S.J.LURIGANCHO (01)657 6821 Av. Pirámide del Sol 498 Urb. Zárate

TARAPOTO (042) 612 934 Jr. Bolognesi 242 (Entre Jr. Alegría Arias de Morey y Jr. Manuela Morey)
AYACUCHO (066) 282 697 Jr. Sucre N° 371 (Al costado del Colegio de Abogados y a media cuadra del Parque Calvario)
AREQUIPA (054) 299 977 Av. Ejército 107 Yanahuara
CHICLAYO (074) 222 114 Av. Santa Victoria 515
TRUJILLO (044) 308 617 Jr Independencia 179 (Frente al Excomedor UNT)
CUSCO (084) 284 572 José Gabriel Cosío 107 Urb. Magisterio (Paradero Magisterio)
TACNA (052) 638 443 Calle Blondell 425
HUANCAYO (064) 410 954 Jr. Puno 166
JULIACA 957 308 002 Jr. Ricardo Palma 456
ICA 974 334 764 Calle Azháres Lt.8 Urb.San Isidro (alt. 12 Av. San Martín)
PIURA (073) 614 798 Andrés A. Cáceres 347 (frente grifo Mega)
CAJAMARCA 913 983 032 Jirón Sor Manuela Gil 390 (frente al Ministerio Público) (frente al parque Chabuca Granda)



el talán

inmuebles | vehículos | empleos | educación | oportunidades

inmuebles

Casas
104 Venta

COMPRO CASH

ATE 5dorm.|DR.JAIME-CISNEROS A$DINERO$ COMPRO-CASAS, TERRENOS!!!! ADELANTAMOS DINEROALTOQUE DOLARES!!!..INCLUSIVE-OCUPADOS C /PROBLEMAS. *NOSOTROS SICOMPRAMOS. NOENGAÑAMOS. C.942163938 C.967918038

REMATO

LA MOLINA 4dorm.|$165,000 3pisos 160m2, 50% de-acciones /derechos, entregamos hoy-mismo lacasa, Te-enamoraras, previa-cita Jr.Jamaica-264 Santa Patricia 6Melgrejo. C.985987164 C.942163938

empleos

Oficios
304 Pedidos

ALMACENERO(A) d/despacho edad máxima 45 años, empresa necesita p/transporte d /mercadería, acercarse Psje. Nueva Rosita 167 Lima o llamar|C.94608133

304

COCINERO(A) c/Experiencia 3años.Menú (350.raciones) Concesionario Almacén Saga.Falabella Villa.el Salvador.turno noche.4-11pm C.936534089 -C.998246558

BUSCO

OPERARIO laboral en Planilla.(+18) Área (seguridad y/mantenimiento) PLAZA HOGAR Surquillo. Tlf.993491628

CLASIFICADOS
¿AÚN NO ENCUENTRAS TU CANDIDATO IDEAL?
PUBLICA EN EMPLEOS
WWW.CLASIFICADOS.PE
FONOAVISOS@COMERCIO.COM.PE

PABLO
CURANDERO ESPIRITISTA
SE LIMPIA CON CUY NEGRO PARA VER SU MALEFICIO
CASTIGO DE AMOR TU PAREJA VENDRÁ A PEDIRTE PERDÓN LLORANDO DE RODILLAS QUE TE SEA FIEL QUE SOLO TE OBEDEZCA A TI CIEGAMENTE Y NO PUEDA ESTAR CON OTRO(A) NUNCA MAS
• AMARRE DE MAGIA NEGRA, AMARRE SEXUAL
• AMARRE ESPECIAL, AMARRE MAGIA ROJA
• AMARRE HASTA LA SEPULTURA, AMARRE DE 7 NUDOS Y AMARRES DE LOS 3 SEXOS
TRABAJOS A LARGA DISTANCIA
LECTURA DE CARTAS - SE LEE EN COCA
BAÑO DE FLORECIENTO Y PUZANGA
CONSULTA LA VICTORIA 28 DE JULIO CON AVIACION 2do Piso
951749676

TUMBES, PIURA, TRUJILLO, LAMBAYEQUE, CUSCO Y AREQUIPA SON LOS LUGARES FAVORITOS





SEPA QUE...

- Hay promoción 2x1 para visitas a áreas naturales protegidas en https://visitaareasnaturales.sernanp.gob.pe
- El Mincetur y Perucamaras estiman entre 1.8 y 2 millones de viajeros e impacto económico de 220 millones de dólares.



FIESTAS PATRIAS

MILLÓN Y MEDIO DE PERUANOS SALDRÁN DE VIAJE

POR: ISABEL MEDINA

Alistan maletas. El fin de semana largo de cuatro días (desde este sábado hasta feriados del 28 y 29 de julio) proyecta superar el millón y medio de viajeros por Fiestas Patrias.

Tumbes y Piura potencian su oferta con sus playas y el avistamiento de ballenas. Además, Chulucanas es parte de la 'Ruta del Papa León', así como Lambayeque, La Libertad y el Callao.

En Lambayeque proyectan 120 mil personas con el 'querido Chiclayo del Papa', la Semana del King Kong, festivales del pato y del cabrito y la festicausa. Trujillo atrae con playas, gastronomía y expediciones al cerro Campana, que luce verde.

EXPERIENCIAS

Arequipa proyecta 40 mil turistas por el Cañón del Colca y otros. Cusco es un favorito con Machu Picchu y la Ciudad Imperial.

Ica tiene a las islas Ballestas, la Reserva de Paracas, laguna Huacachina y rutas del pisco. Además, aventura con paseos en dromedarios y camellos. Huancayo ya vive la fiesta de Santiago y habrá feria ¡Quérico Perú! Ayacucho ofrece festival del Charquikanka.

San Martín proyecta 20 mil turistas por cascada Velo de Plata, Alto Shilcayo. En Amazonas, Kuélap tiene nuevas rutas para explorar y la catarata Gocta.

Más de 20 mil policías serán desplegados en Lima para garantizar la seguridad durante las fiestas. Un número similar vigilarán las calles en provincias, así como en carreteras.

Atraen la 'Ruta del Papa', Paracas, playas y Machu Picchu



PROTESTAN EN SAN JUAN DE LURIGANCHO

Mafias cobran 10 soles diarios a mototaxistas





Decenas de mototaxistas paralizaron sus labores en San Juan de Lurigancho para realizar una marcha de protesta en reclamo por el aumento de extorsiones y asesinatos. El punto de encuentro fue el parque zonal Huiracocha y enrumbaron hacia la municipalidad, exigiendo a las autoridades locales y policiales protección.

"El 60 % de las empresas del distrito están sometidas a la delincuencia común. Vamos a las comisarías y no nos atienden", dijo a 'Buenos días, Perú' el secretario de la Confederación Nacional de Mototaxistas del Perú, Mario Arce. Denunció que las mafias cobran entre 25 mil y 30 mil soles para permitir el ingreso de empresas al rubro, además de extorsiones diarias de hasta diez soles por unidad.

"Hay empresas que pagan doble cupo porque son acosadas por más de una banda", explicó.

Señalan que es falso que las víctimas por extorsión hayan estado vinculadas a actividades ilegales.

REBAGLIATI Y ALMENARA

Hospitales sin equipos para tomografías



El hospital Rebagliati de EsSalud estaría con cuatro tomógrafos inoperativos, denunció en el noticiero '24 horas' el secretario general del Sindicato Nacional de Médicos del Seguro Social, Santiago Vinces. Para muchos asegurados, implica meses de espera o ir a un centro privado y pagar cerca de 900 soles. En el hospital Almenara también señalan que 'no hay tomógrafo' al menos hasta el 15 de agosto. "Muchas veces la tomografía es para diagnóstico de necesidad quirúrgica. ¿Quiénes son responsables?", dijo Vinces. Sin embargo, EsSalud indica que sigue dando servicio de tomografía y 'algunos equipos están en mantenimiento o reparación'.

PERO NO HAY QUE DESABRIGARSE

Brillo solar en Lima por vientos del sur



El brillo solar apareció ayer hacia el mediodía, sobre todo en el centro, este y norte de Lima Metropolitana, debido a la disminución de la velocidad de los vientos del sur que disipó la cobertura nubosa, explicó el Senamhi. La temperatura llegó a 19 °C en Surco, 21 °C en Carabayllo y 22 °C en Lurigancho.

Hoy y mañana habría cielo cubierto, ligera llovizna y por la tarde tendencia a cielo nublado. "Las temperaturas diurnas están muy variables, las nocturnas mantienen sus condiciones normales", dijo Lourdes Menis, especialista del Senamhi. (I.M.)

SÚPER LLAMADA

Platita calientita

No paramos de regalar platita con la Súper Llamada Ganadora. De lunes a sábado tenemos un premio de 200 soles y los domingos sale el 'reventón' de 1500 soles. Solo debes inscribirte llamando al **710-0260** o ingresando a **trome.com**, de 6 de la mañana a 4 de la tarde.

Ayer, Isabel Oyanguren, de Santiago de Surco, se llevó los 200 soles de la jornada con el 'número de la suerte' 2028828.

FISCALÍA INTERVINO AYER LA DEFENSORÍA DEL PUEBLO, QUE LO NOMBRÓ EN EL CARGO PESE A TENER CONDENA POR VIOLENCIA FAMILIAR



GINO RÍOS PATIO

Escándalo por sentencia contra presidente de la Junta

Se agudiza el escándalo por una sentencia por violencia familiar contra el presidente de la Junta Nacional de Justicia (JNJ), Gino Ríos Patio. Ayer, la Fiscalía intervino la Defensoría del Pueblo para realizar diligencias en la Comisión que lo designó. La institución liderada por Josué Gutiérrez tuvo a su cargo la elección de los actuales integrantes de la Junta.

El domingo, 'Cuarto poder' reveló que el magistrado tiene una sentencia consentida emitida por el Primer Juzgado Transitorio de Familia de La Molina, por el delito de violencia familiar-maltrato psicológico contra su exesposa, expedida el 20 de mayo de 2011.

El defensor del Pueblo lo nombró con ese antecedente, pese a que la Ley Orgánica de la JNJ especifica que están impedidos de ser elegidos en el cargo "los condenados con sentencia consentida o ejecutoriada por violencia contra las mujeres, niños, niñas o adolescentes".

Congresistas presentan pedido para que se declare la **vacancia** de su cargo

GINO RÍOS PATIO



CONGRESO

Ayer, los congresistas Héctor Acuña y Susel Paredes enviaron un oficio a María Cabrera, vicepresidenta de la JNJ, pidiéndole que disponga la vacancia de Ríos Patio, en aplicación de la ley que regula la entidad.

Por su parte, Ruth Luque se unió a sus colegas y presentó un escrito formal en el que solicita la vacancia de Gino Ríos por "incurrir en causal de impedimento para ejercicio del cargo al contar con sentencia consentida por violencia familiar".

"Segundo miembro de la JNJ con antecedentes judiciales muy graves. El primero, Rafael Ruiz, con una condena por prevaricato que no declaró. Ahora, Gino Ríos, con una sentencia por violencia familiar consentida (que no apeló)".



Luciano Flores (abogado)



CÉSAR SANDOVAL

DICE MINISTRO DE TRANSPORTES

Tren de Porky no va a funcionar este año

El tren Lima-Chosica, impulsado por el alcalde de Lima, Rafael López Aliaga, no va a operar este año, reveló ayer el ministro de Transportes, César Sandoval. Precisó que desde su cartera hacen todo para implementar los vagones en la capital y así puedan trasladar a miles de personas al día, sin embargo, este tipo de labores no pueden hacerse de un momento a otro, pues lleva un largo proceso para evitar errores.

"Estamos de acuerdo con los trenes, es más, el MTC tiene un plan ferroviario a nivel nacional que se va a desarrollar incluso con el tren de cercanía, pero con todas las garantías que se merecen los usuarios y garantizando la seguridad y la vida. Eso no se hace de la noche a la mañana", dijo.



EN EL PENAL DE CHORRILLOS

Betssy denuncia acoso



Luego de ocho días de supuesta huelga de hambre, la expremier Betssy Chávez reapareció en el juicio oral al expresidente Pedro Castillo por el golpe de Estado de 2022.

Allí, Chávez denunció 'hostigamiento y acoso' por parte de la directora del Penal Anexo Mujeres de Chorrillos, Nelly Aquino. Agregó que la directora del penal presentó información difamatoria en su contra.

POR 18 MESES

Piden suspender a comandante de la Policía

El Ministerio Público pidió suspender por 18 meses de su cargo al comandante general de la Policía, Víctor Zanabria, por los presuntos delitos cometidos durante su paso por la Región Policial de Arequipa en 2020.

El pedido fue formulado por el fiscal Arturo Marcos Valencia Paiva y fue dirigido al Sexto Juzgado de Investigación Preparatoria.

Según la Fiscalía, Zanabria habría ordenado que suboficiales PNP realicen labores de construcción, electricidad y albañilería en horario laboral, encubiertos como patrullaje a pie.

Seis suboficiales, que figuran como testigos protegidos, relataron que fueron forzados a cumplir turnos de trabajo físico, pese a estar oficialmente asignados a tareas de vigilancia ciudadana.



VÍCTOR ZANABRIA

EN AUDIENCIA

Vizcarra jura que no se va a fugar

El expresidente Martín Vizcarra rechazó el pedido de seis meses de prisión preventiva que presentó la Fiscalía contra él y aseguró que no existe peligro de fuga.

Durante la audiencia de apelación presentada por el Ministerio Público, Vizcarra dijo que ya estuvo en zonas fronterizas con los países vecinos y siempre regresó a la capital.

"La mayor prueba de que no hay ninguna voluntad de evadir a la justicia es que he estado en las fronteras por motivos políticos y siempre regresé a Lima, donde radico", sostuvo.

La Tercera Sala Penal de Apelaciones Nacional deberá decidir si impone la pena preventiva solicitada por el fiscal Germán Juárez Atoche.



GERMÁN JUÁREZ



✱ESPAÑA

Gaviota destroza avión de 78 millones de dólares

Imágenes muestran el momento en que un pájaro destrozó la cabina de un avión de guerra valorado en 78 millones de dólares.
El fotógrafo de aviación Javier Alonso de Medina Salguero capturó la escena cuando una gaviota chocó contra un Eurofighter durante una exhibición española en junio.
Las imágenes mostraban al ave planeando justo delante del avión de exhibición.
Una segunda foto mostraba una nube de trozos rojos y plumas desprendiéndose del Eurofighter.

✱EE. UU.

Paris Hilton coquetea con ex de Megan Fox

PARIS HILTON (44)

MACHINE GUN KELLY (35)

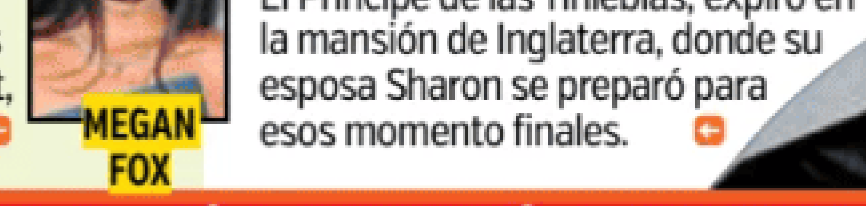
MEGAN FOX

Paris Hilton (44) está soltera, tiene plata y puede hacer lo que quiera.
Como coquetear con Machine Gun Kelly (35), el ex de Megan Fox. Hilton llevaba un look de cuero negro y gafas de sol mientras sonreía junto al cantante.
Estaban en la fiesta de cumpleaños del diseñador de moda Jeremy Scott, junto a Diplo y Farrah Britt.

✱REINO UNIDO

A los 76 años muere Ozzy Osbourne

Ozzy Osbourne, la estrella de Black Sabbath, murió a los 76 años, rodeado de su esposa Sharon y sus hijos, tras una batalla contra el párkinson. "Con una tristeza indescriptible, informamos que nuestro querido Ozzy falleció. Estaba con su familia", dijeron.
El artista de heavy metal, conocido como El Príncipe de las Tinieblas, expiró en la mansión de Inglaterra, donde su esposa Sharon se preparó para esos momento finales.



✖MAMÁ SE LA DEJÓ MIENTRAS SE IBA A TRABAJAR AL MERCADO, PERO DESPUÉS LE APAGÓ EL CELULAR



✱EXTRAÑO

NIÑERA SE LLEVA GEMELITA Y APARECE AL DÍA SIGUIENTE

CANDY PALACIOS TARICUARIMA (21)

Horas de pesadilla vivió una joven madre, luego que la niñera que contrató hace tres semanas se llevó a una de sus gemelitas de su casa en Ventanilla. Luego de casi un día, la menor apareció pero en El Agustino, donde la trabajadora se la había llevado.
Cristel Abarca contó que el lunes en la mañana dejó a la pequeña al cuidado de Candy Sorana Palacios Taricuarima (21) para irse a trabajar a un mercado, llevándose a la otra criatura.
"Mi hijita dormía. Le dije que cuando se despierte le dé su desayuno y me la lleve al mercado. Una hora después la llamé y no me contestaba. Cuando regresé a la casa en la tarde no estaban las dos", relató Abarca. "Por favor, Candy, devuélveme a mi hija, todavía lacta, estamos desesperados buscándote", expresó entre



MADRE DE MENOR

lágrimas en un programa de televisión.
Tras la denuncia policial, la nana llamó a la madre y le aseguró que le robaron el celular cuando iba al mercado. Dijo que estaba en la avenida Riva Agüero.
Agentes al mando del jefe de la Divpol, José Franco, la detuvieron cuando salía de una habitación que alquilaba. "Tenía en ese cuarto a la niña. Refiere que salió de Ventanilla porque la niña lloraba, se desesperó y no sabía qué hacer", señaló.
Candy Sorana fue detenida de forma preventiva por 48 horas. La mujer afirmó que no pedirá disculpas a la familia. "¿Para qué disculpas?, si solo es un error mío que hice. Yo no me arrepiento porque estoy tranquila y con mi conciencia limpia", manifestó.

✖Tras hacer la denuncia en la televisión, mujer fue detenida en El Agustino con la criatura

✱EN AVENIDA BRASIL

Sale plan de desvío para desfile militar

La Municipalidad de Lima presentó el plan de desvío por el desfile de Fiestas Patrias en la avenida Brasil. Se precisó que el 29 de julio esa arteria se cerrará desde las 00:00 horas hasta las 15 horas, entre la plaza Bolognesi y la avenida Javier Prado.
El gerente de Movilidad Urbana, Arnaldo Armas, indicó que, en el sentido



norte-sur, los conductores deberán tomar las avenidas Alfonso Ugarte, Venezuela y Tingo María, hasta la Plaza de la Bandera; y acceder a las avenidas San Martín, Sucre e Independencia hasta el jirón Bolognesi; a fin de entrar al último tramo de la avenida Brasil.
Los que vayan en sentido sur-norte deberán ir por las avenidas Del Ejército, Salaverry, Washington y Uruguay, hasta acceder a la avenida Alfonso Ugarte.

✱EXTORSIONADORES

Detonan bomba en cochera de mototaxis



Extorsionadores detonaron un explosivo en la fachada de una vivienda que funciona como cochera de mototaxis, en el Cercado de Lima. Fue la madrugada de ayer en la cuadra cinco del jirón Condesuyos, a una casa del cruce con el jirón Ramón Cárcamo.
Lo extraño del ataque es que los extorsionadores no dejaron ningún mensaje escrito en la casa siniestrada. (E. Cirilo)

✱VÍA EXPRESA

Frustran intento de suicidio en puente



Un menor de 16 años, de nacionalidad venezolana, intentó suicidarse lanzándose desde el puente Ópalos de la Vía Expresa, en La Victoria.
Felizmente serenos de la Municipalidad de Lima, con apoyo de dos transeúntes, frustraron la muerte segura, todo lo cual fue captado por una cámara de seguridad. El muchacho fue visto sentado en la baranda, pero luego de un diálogo fue convencido de bajar.

'El producto era bueno, tomé mi camino y a la gente le gustó'

✖Camila Arana renunció a su trabajo para lanzarse a lo que más ama, los postres ✖Dice que la disciplina es la base para crecer y en su pastelería la gente se siente como en casa



Camila Arana es maestra pastelera. De niña vendía sus postres en el colegio, cuenta que sus prácticas las hizo en un restaurante de España, donde aprendió que la disciplina es la base para crecer. Renunció a su trabajo y abrió su cafetería en Miraflores junto a sus padres, donde ofrecen una carta amplia de dulces. Además, abastece a cafeterías y restaurantes de Lima.

Camila, ¿qué tan difícil fue la decisión de renunciar a tu trabajo para ir por el sueño del negocio propio?

Siempre he trabajado en pastelería y en cocina, lo difícil fue vencer el miedo de emprender y tener algo propio. Sabía que el producto era bueno, tomé mi camino y a la gente le gustó.

Muchos empiezan con mucha pasión, pero en el camino quiebran. ¿Tuviste miedo al empezar?

Sí, tuve mucho miedo de no poder controlar todo. Al inicio empecé con mis padres, no teníamos personal, y mientras iba creciendo necesitábamos más manos y tuvimos que buscar personal.

Ya tienes un año en el mercado y tu marca se está haciendo conocida, ¿cuál dirías que es el secreto para que la gente venga a tu local?

Son varias cosas: primero, que los productos son hechos con buenos insumos y la gente nos lo dice. Los postres tienen un dulzor equilibrado que no empalaga. El café es buenísimo, además, la gente se siente como en casa y les encanta estar acá. Hacemos los panes y la experiencia es bien artesanal.

¿Qué errores te han servido para mejorar?

La expectativa siempre fue alta, al empezar hicimos muchos postres que se fueron quedando y tuvimos que botar, pero incorporamos un sistema para saber cuáles tenían mayor demanda, y ahora no nos queda merma ni productos, todos se venden.

Has trabajado en Europa, ¿qué te impresionó y te sirvió para aplicarlo en tu negocio?

Tienes que hacer las cosas bien, al pie de la letra. El restaurante donde trabajé tenía estrella Michelin y siempre esperaban a críticos de cocina, y se tenía que hacer todo a la perfección. La disciplina es vital, te ayuda a trabajar bajo presión, eso te forma y hay que mantener la calma.

¿De dónde viene tu pasión por la pastelería?

Desde que era chica hacía postres en mi casa, hasta el día de hoy hago la receta del pie de limón, vendía mis postres en el colegio, iba a clases de mini chef en mis vacaciones y supe que de grande quería hacer esto. Me gusta hacer postres.

Actualmente hay una demanda por los postres saludables, ¿te animarías a incluirlos en tu carta?

Sí, de hecho, el postre que tenemos sin gluten es la crema volteada. Mucha gente nos ha preguntado por los postres sin dulce, quizás en un par de meses podemos lanzar algunos.

Hay jóvenes que han estudiado y tiene del deseo de tener un negocio propio, ¿qué deben tener en cuenta?

Deben costear bien sus platos. Tener paciencia, pues hay días buenos y malos, no pueden bajonearse ni rendirse. Empezar de a pocos, desde su casa, no es bueno lanzarte de frente si no tienes el dinero.

¿En qué se diferencia tu cafetería de las que existen en el mercado?

La calidad del insumo, precio y calidad. El trato con el cliente es bien familiar.

Uno de tus sueños es abrir más locales...

Me gustaría tener dos locales como máximo para no perder la calidad, quiero seguir viendo los procesos, pero eso es a largo plazo.

¿Qué productos piden más?

En invierno sale la crema volteada, las galletas, alfajores y el chocolate caliente.

RAPIDITA

Si un ama de casa quiere vender postrecitos, ¿qué debe considerar?

Empezar con cosas simples, hacer un buen manjar que se diferencie del resto, pueden hacer galletas, alfajores o brownies. No olviden hacer pruebas para que cada postre esté en su punto.

EMPRENDE trome
IG: @katty.gines
Twitter: @ktyGines
FOTOS: JESÚS SAUCEDO
POR: KATTY GINES

SANGRE Y ARENA DO GREMIO

✖Alianza Lima repite camiseta de La Bombonera para entrar al campo del 'Tricolor Gaúcho' y clasificar a octavos de la Sudamericana

Porto Alegre.- Al país del carnaval, Alianza Lima llegó con su carro alegórico blanco y rojo para desfilar en la Copa Sudamericana y avanzar a octavos de final. El jurado será Gremio, que perdió 2-0 en la ida, en Matute. Hoy, los guerreros victorianos van en busca de otra noche de gloria (7:30 p.m./DTV-610), así como lo hicieron ante otro club histórico, Boca Juniors.
Y justamente buscando mantener esa 'aura', Alianza repetirá la vestimenta que usó en La Bombonera. La camiseta, sumada al regreso de varios titulares, será el empuje de los íntimos, que volverán a contar con Paolo Guerrero de '9' y que tiene grandes recuerdos del Arena do Gremio, sede del encuentro: En 2014 le marcó al 'Tricolor Gaúcho' con camiseta de Corinthians (curiosamente Hernán Barcos anotó doblete ese día para Gremio) y también con la selección se jugó un partidazo y 'vacunó' a Chile en semifinales de la Copa América 2019. De hecho, el 'Depredador' se llevará los silbidos ya que jugó para el otro club de la ciudad, Internacional. Justamente en el predio del 'Colorado', Alianza Lima realizó un entrenamiento ayer por la tarde, donde se ratificó que Sergio Peña debutará como titular.
Por el lado de Gremio, logró vender más de 30 mil entradas y recupera a dos jugadores valiosos para el ataque, el extremo uruguayo Cristian Olivera y el delantero Martin Braithwaite. El cuadro brasileño no gana hace tres partidos. Esperemos que esos números se agranden y se pinten de blanco y rojo.

DATAZOS

✱**LA ÚLTIMA VEZ** que Alianza visitó a Gremio fue por la fase de grupos de la Copa Libertadores 1997 y perdió 2-0.
✱**ALIANZA PERDIÓ** por última vez fuera de casa este año a nivel internacional en mayo, con Talleres (2-0).
✱**GREMIO RENOVÓ** oficialmente el contrato de Martin Braithwaite hasta finales de 2027.
✱**EL ÁRBITRO** será el argentino Darío Herrera.

"**Vamos a sacarnos la m... para sacar los tres puntos y pasar de fase".**

Josué Estrada, lateral de Alianza Lima

✱**EXTREMO DEJÓ ALIANZA LIMA Y FUE PRESENTADO EN PORTUGAL**

PAÍS BASSCO

Cabalga otro 'potrillo'. Tras la venta del delantero Víctor Guzmán al Sporting Lisboa, ahora Alianza Lima se despidió de Bassco Soyer, quien se fue al Gil Vicente, también de Portugal, con el que firmó por tres temporadas. "Me despido de mi segundo hogar. Dejar el club que amo, que me vio crecer, que me dio todo", fueron parte de las palabras del jugador de 18 años, que pasó exámenes médicos y posó con la camiseta de los 'gallos'. Alianza se quedó con el 35% del pase de Soyer, que será el tercer peruano en el Gil Vicente, tras Didier La Torre y Jesús Castillo, este último hoy en la 'U'.





POR: EL BOMBARDERO

DEL SAQUE somos carnecita... **HOY POR MIS VENAS** correrá sangre blanquiazul. Alianza Lima hoy es el Perú. Como ya lo dije, siempre apoyo a los equipos peruanos cuando compiten en torneos internacionales. Igual lo haré cuando la 'U' choque con Palmeiras. En el Arena do Gremio vi uno de los mejores partidos de Paolo Guerrero con la Blanquirroja y esta noche espero que pueda repetir aquella faena cuando se goleó a Chile en la Copa América 2019. Hernán Barcos fue goleador en el 'Tricolor Gaúcho' y sabe cómo es esa cancha. Encima, el 'Pipo', como buen argentino cabulero, ordenó jugar con la camiseta que se eliminó a Boca. Los deseos están, solo falta que los muchachos hagan un buen partido, concentraditos, como si fuera una gran final. Este Gremio actual no es un 'cuco' y Alianza puede dar el golpe. Sí, señores... **YA ME CONTARON** que el 'Zambito camiseta' está con roche en Barranco. Hace poco armó un tonazo en su edificio y llevó a toda su batería seria de Barrios Altos. La muchachada llegó con su salsa cubana, vestidos como reguetoneros y más escandalosos que los Gonzales de 'Al fondo hay sitio'. Un par de veces llegó serenazgo a pedir que bajen el volumen de la música, porque los vecinos no podían dormir. Al final, se quedaron hasta el día siguiente, resaqueados, pero en paz. Nooooooo... **ME AVISAN** que un zambo que se alucina 'Patrón' ya tiene una damnificada en la 'Perla de los Andes'. Le metió floro a una muchachita, después la llevó a bailar, tomar y algo más. Cuando la chibola creía que habían iniciado un romance, el pelotero la negó y la familia de la chica no lo quiere ni ver. Qué palta... **YA ME ENTERÉ** que el 'colocho' que dirige en el puerto es malgeniado, no acepta preguntas ni críticas. Se le acercó un patita de la dirigencia para hablarle sobre refuerzos y el equipo y se 'rayó' feo. Cuando lo llamaron para contratarlo sí fue amable, respetuoso y caballerito, ahora a todos les responde mal. Lo malo es que hasta ahora no le gana a nadie. Hummm... Me voy, soy fuga.







COCO & CHANE

En votación por WhatsApp, cremas eligieron a Pérez Guedes como 'el que peor viste' y Di Benedetto ganó a 'mejor vestido'

En Ate se viven días de elecciones. M la Sunat se tomará quince días para a conocer al nuevo administrador Universitario, el plantel crema tam sumó a las votaciones. Lejos de la actividades dirigenciales, los jugadores hici elección muy peculiar.

En el grupo de WhatsApp donde están agreg todos los futbolistas del plantel y que admin capitán Aldo Corzo, se hizo una votación liga moda y look para escoger a los ganadores e rubros: el mejor vestido, el peor vestido y el c como mayor.

El argentino Matías Di Benedetto se llevó los como el que mejor 'ropero' tiene, mientras q compatriota Martín Pérez Guedes fue el reve de la moneda y calificaron como incoherent combinaciones de ropa. El uruguayo-perua Gabriel Costa se llevó el 'trofeo' al que viste c persona de mayor edad, pese a sus 35 años. mayoría considera que Gabi tiene un look de En medio de las bromas en el vestuario estu se analiza la posible venta del chileno Rodrig "Hay conversaciones con intermediarios, pe de un club. Si se da, sería un orgullo que vaya fútbol tan competitivo como el mexicano", s director deportivo Álvaro Barco. En tanto, el Marco Saravia regresó y los dirigentes no de prestarlo, sino venderlo al exterior.

DATAZOS

POR LA COPA ARGENTINA, Boca Junio Luis Advíncula, visita hoy a Atlético Tucuma p.m./TyC Sports).

CON MARCOS LÓPEZ como titular, FC hague venció 2-0 a Drita de Kosovo en la i la segunda ronda previa a la fase de grupo Champions.



ROSADOS PIDEN DÍA DE DESCANSO Y TÉCNICO QUIERE MÁS TRABAJO

MARETAZO EN EL CALLAO

Los jugadores de Sport Boys y el técnico Arturo Reyes estarían distanciados. La exigencia del DT colombiano parece haber desgastado la relación. El plantel rosado se había acostumbrado a disfrutar de un día libre después de los partidos y el entrenador no lo entiende así. Se supo que los futbolistas le pidieron que reconsidere su metodología y la respuesta habría sido que para mejorar hay que trabajar y cuanto más se entrene será mejor para encontrar los resultados. El grupo ya no estaría a gusto con el profesor.



TEMA PSICOLÓGICO IMPEDIRÍA VUELTA DE YOTÚN

FALTA POCO YO

Preocupación total. Yoshimar Yotún se lesionó en abril de 2024, sufrió rotura de ligamentos cruzados de su rodilla izquierda y desde entonces no ha vuelto a las canchas. Hace más de dos semanas entrena con sus compañeros, pero sigue sin estar listo. A pesar de que ya tiene el alta médica, algo lo detiene. El comando técnico cree que podría ser algo psicológico. Ante Sport Boys, el DT Paulo Autuori anhela tenerlo entre los concentrados, al menos que ya esté en banca. Mientras, el lateral Alexi Gómez se despidió de Cienciano y podría llegar a La Florida.

ALIANZA UNIVERSIDAD SUMÓ 4 REFUERZOS

CABALLEROS DE HUÁNUCO

Hombres con recorrido. Alianza Universidad lucha por mantenerse en la Liga 1 y para dar pelea en el Clausura incorporó refuerzos de amplio recorrido: Carlos Ascues (ex ADT), Jesús Barco (ex Nazca FC), Jack Durán, que dejó a Juan Pablo II para volver a Huánuco, y el delantero paraguayo Diego Martínez. Ellos ya empezaron a entrenar con el equipo y podrían debutar el sábado ante Ayacucho FC.




PIURA
PACAYA SAMIRIA
KUELAP
PERU
HUACA HUALLAMARCA
LIMA
CUSCO
SAQSAYWAMAN
MACHU PICCHU
MISTI
trome
LES DESEA FELICES FIESTAS PATRIAS
¡VIVA EL PERÚ!
TROME.COM

PARTIDO DE ESTRELLADOS

Messi, Sergio Ramos, Jordi Alba y James Rodríguez se bajarían del juego de hoy entre figuras de MLS y Liga MX



Miami.- Juegas o te quedas sin jugar. Lionel Messi levantó polémica a horas de disputarse hoy el All-Star Game que enfrenta a las estrellas de la MLS y Liga MX en Texas (8:00 p.m.). El astro argentino y su compañero Jordi Alba, en Inter Miami, no se presentaron ayer al entrenamiento y en caso de no disputar el partido tendrán una fecha de sanción y no podrán enfrentar a Cincinnati, el sábado en casa.

El reglamento dice que los futbolistas pueden incluso llegar directamente al estadio y participar. El argentino figura como inscrito y con la camiseta '10'. "Me gustaría que descansen, que eviten la sobrecarga de partidos", opinó el entrenador de Inter Miami, Javier Mascherano.

Algo similar sucede en la escuadra que representa a la Liga MX, porque Sergio Ramos (Monterrey) no viajó con los otros representantes a Texas y se quedó entrenando con su club. El colombiano James Rodríguez (León) también se bajaría del encuentro. Ambos están inscritos, pero sin el número de camiseta que usarán, algo que señalaría su posible ausencia.

DATAZOS

KEYLOR NAVAS habría pagado 400 mil dólares de su bolsillo para liberarse de Newell's.

DUILIO MONTEIRO ALVES, expresidente del Corinthians, habría comprado cervezas, cigarros y Viagra con la tarjeta de crédito del club.

"Neymar es una leyenda en cuanto a 'tirarse' al campo, le decíamos el 'rey del buceo'".
Felix Brych, exárbitro de la Champions



MALTRATO LABORAL

Si bien Cristiano Ronaldo se une recién el viernes a la pretemporada del Al-Nassr, en Austria, su club protagonizó un escándalo al fichar y luego abandonar al eslovaco Dávid Hancko. Al defensa nadie lo recibió en el aeropuerto, no lo dejaron ir al entrenamiento y él mismo debió pagar su hospedaje. Después de unos días le dijeron que el trato fue cancelado y tuvo que regresar al Feyenoord.



SE ROMPIÓ EL AMOR

Tras meses de especulaciones, el exfutbolista alemán Bastian Schweinsteiger y la extenista serbia Ana Ivanovic oficializaron el fin de su matrimonio, luego de nueve años juntos y tres hijos. El motivo fue 'diferencias irreconciliables', según reveló el abogado de Ivanovic. Mientras, Schweinsteiger ya tiene nueva pareja.

DI MARÍA Y OTAMENDI 'PINTARON' A COMPATRIOTA

TATUAJE EN EL ALMA



Lisboa.- Bautizo con tinta. Gianluca Prestianni, delantero argentino de 19 años, empezó su segunda temporada en Benfica con un gran regalo. Los campeones del mundo Ángel Di María y Nicolás Otamendi le hicieron tatuajes a mano alzada. En la pierna derecha de Prestianni, el 'Fideo' dibujó un corazón con el número '11' de su camiseta, el capitán de las 'águilas' plasmó una cara sonriente y debajo el '19'.

AMÉRICA Y LUIS RAMOS AVANZARON EN LA SUDAMERICANA

CALI PACHANGUERO



Cali.- El 'Diablo' sigue vivo. América de Cali, con Luis Ramos de titular, venció 2-0 a Bahía de Brasil y clasificó a los octavos de la Sudamericana. En la ida del playoff, el cuadro colombiano había empatado 0-0. El peruano forzó una jugada y obligó al arquero rival a cometer un blooper que terminó en el gol de Jhon Murillo (28'). Luego, Yojan Garcés (96') selló el triunfo. Ahora chocarán con Fluminense en busca de los cuartos de final.

SERVICIOS PERSONALES



TUPAC Km.17 PDERO CASA BLANCA 987007550 PUENTE PIEDRA Paradero Puente Arica 933920146

Ov.CANTA CALLAO 935657679 UNIV. c/IZAGUIRRE 906879408 PTE.PIEDRA Paradero Norteño 934766876

Av.CANTA CALLAO Pdero.SANTA ROSA 974359790 PUENTE PIEDRA Av.LECAROS c/COPACABANA 982297580

LOS OLIVOS NARANJAL AV. GERARDO UNGER Cdra.50 927335391 UNIVERSITARIA c/Izaguirre 960058516 Dominicos 928081238

SJL SAN CARLOS Av.13Enero cd.26 982177984 BAYOVAR SJL Parad. FARMACIA 932420250 VMT 915226351

CLAUDIA Av.UNIVERSITARIA MARAÑON 902400640 Est.SANTA ROSA 956266818 Pte.PIEDRA-Bulevar 930666850









TUPAC Km.17 Pdero.1era Escalera de la Flor 960889010 HUAYCAN Ovalo Sta.Rosa 918777796 924367515

UNIVERSITARIA c/NARANJAL 943723458 CARABAYLLO Paradero Pollo 948895278 Av.METROPOLITANA 940888629

PTE.PIEDRA COPACABANA Pta.7 919449205 CARABAYLLO TUPAC Km.17 PDERO CASA BLANCA 946328381

CARABAYLLO TUPAC CHAPERITO 903338464 Pte.PIEDRA Paradero NORTEÑO 902188068 SJL E-Pirámides del Sol 973003502

PUENTE PIEDRA Paradero NORTEÑO 910810371 TUPAC CHIMPU OCLLO 939555102

COMAS M.SANTA LUZMILA 969463201 SAN LUiS Kiara 924614166

PRO Ov.INFANTAS 910078999 LOS INCAS c/UNIVERSIT. 926761610 Alesia LINCE 969151065

VES X/LA C ALEJANDRA 924996770 SJM Prolongación P.Miotta cdra.7 964178966

SJM 940305866 Ov.Canta Callao 910817676 VES 955019808











Dice que le mandan propuestas indecentes y fotos calatos, pero los bloquea porque no tiene por qué ***oír a mañosos***

Pashi Pashi echa a futbolistas

Pashi Pashi contó en 'Café con la Chévez' que fue Tula quien la bautizó como la 'reina de las pichangas' y ha tenido que bloquear a más de un futbolista por faltoso.

"Tula me bautizó como la reina de las pichangas. Entonces se me abrieron las puertas, fui a muchos programas, 'Sábado con Andrés', estuve como invitada con Manolo Rojas, como cuatro veces con Paco Bazán en 'El deportivo, en otra cancha'. Paco de verdad es increíble, se pone de nervios cuando me ve", dijo la actriz cómica.

Hablando de Paco, ¿en los campeonatos de fútbol te han querido caer?

Sí. También en el ámbito deportivo, futbolistas. Pero no es para mí, porque yo estoy concentrada en mi trabajo, que yo sé que ese tipo de ambiente no es para mí.

Infieles, ¿no?

No, demasiado y tienen familia, tienen compromisos.

¿Pero has parchado, has bloqueado a algunos?

¡Uy! sí, a muchos. Me mandan fotos hasta calatos...

¿Calatos?

Al toque los bloqueo, los elimino.

¿Bien atrevidos son?

Muchos enfermitos...

¿Qué es lo más indecente, aparte del pack, qué te han dicho?, ¿alguna propuesta indecente?

Sus propuestas son palabras indecentes, son fuertes. Ellos creen que por ser una voluptuosa, tiene que oír sus palabras mañosas, eso ya no, pues.

Tú eras el crush de Danny...

Ese Danny es increíble...

Danny dijo aquí que había atracción de los dos...

Aclaro algo, cuando pase eso tienes que consultarme, chamo, somos colegas, somos comediantes. Es que ya se viene su circo, pues, si es publicidad para él. Es un excelente amigo, yo lo aprecio y lo quiero mucho, pero lo que dijo me da gracia. Por favor, Danny, tienes tus hijos, tienes tu esposa...

Pero él dice que está separado.

No, es mentira.

Dijo que saldría encapuchado contigo...

Danny y yo no hemos salido nunca juntos, habla cojudeces. Ha salido muy bien tu show para tu circo. Escúchame, contrátame para tu circo, te estoy jalando en la prensa, porque esto no es gratis. Danny y yo no tuvimos nada, solamente hubo cariño, en el sentido de amistad.

Aclara que nunca pasó nada con *Danny Rosales*

Estrella llama a la cigüeña

Estrella Torres señaló que ha comenzado a indagar sobre los exámenes que se debe realizar para poder encargar un bebé con su esposo, Kevin Salas.

"Ya estoy investigando porque estamos recontrainteresados en el tema de ser padres, pues como cualquier matrimonio también deseamos formar nuestro hogar, nos falta nuestro retoño. Cada vez me emociono más, quiero mi bebé y quiero vivir todo el proceso de manera planificada", precisó Torres.

¿Ya te estás haciendo tus exámenes?

Justamente iré a ver cómo están mis óvulos, para ver si soy fértil, si pudo llevar un bonito embarazo, si necesito de alguna vitamina o si tengo que llevar un tratamiento. Quiero hacer las cosas bien. Kevin y yo tenemos mucha ilusión con la idea de ser padres por primera vez. (L.G.)

Con su esposo, Kevin Salas, tienen mucha ilusión de ser padres

Ely tendrá una niña

"Me siento feliz y bendecida", dijo emocionada la periodista Ely Yutronic, quien al finalizar el noticiero 'ATV noticias edición central' confirmó que será madre por primera vez a sus 37 años.

Ely, felicidades por el embarazo.

Gracias, me siento muy bendecida. Estoy emocionada y feliz. Dios me dio este regalo.

Estarás disfrutando mucho de esta nueva etapa de tu vida.

Sí, será una niña.

¿Ya tienes el nombre?

Así es. Se llamará Luna.

¿Cuándo nacerá?

Para Navidad, sin duda será mi mejor regalo, el mejor de todos.

¿Tus papás estarán felices?

Todos estamos felices. (M.C.)

Periodista cuenta que su bebé se llamará Luna

Macarena: Todo tiene un límite

Macarena Gastaldo le brindó su respaldo a Flavia Laos, quien anunció que iniciará acciones legales en contra de Alexandra Méndez, la 'Chama', quien la acusó de consumir drogas.

"Apoyo y coincido con Flavia, a mí también me pudieron decir muchas cosas, pero ya es un exceso que esta chica [Méndez] se exprese de esa manera y como si tuviera pruebas. Todo tiene un stop", sostuvo Gastaldo.

A ti también te hizo acusaciones graves... ¿Ya le mandaste la carta notarial?

Sí. Seguramente le llegará en estos días. Espero que se retracte, de lo contrario iniciaré una demanda en su contra. (L.G.)

Apoya que Flavia Laos denuncie a la 'Chama' porque habla sin pruebas



vacila a la 'Faraona'

Yolanda Medina alista el lanzamiento del videoclip 'Doble cara', marcando distancia con 'Dile que no' de la 'Faraona' Marisol Ramírez, ya que "no será de un sol cincuenta".

"A mí no me gustó [video de Marisol]. Ella se puso todas las cortinas y las otras unas telas de vestidos que le sobraron. Ella quiso brillar más, pero no se puede, Pamela y Leslie son regias", afirmó la líder de Alma Bella. (J. Lino)

Dice que Marisol en su video se puso unas cortinas de vestido

Rivadeneira afirmó que desde el inicio todo fue muy agresivo, se quiso ir, pero la jalaron



Me sentí como un objeto


POLICÍA DETUVO A BAILARÍN

CANCELACIÓN

Bailarín se encuentra detenido y Municipalidad de Surco clausuró 'Dioses del Circo'

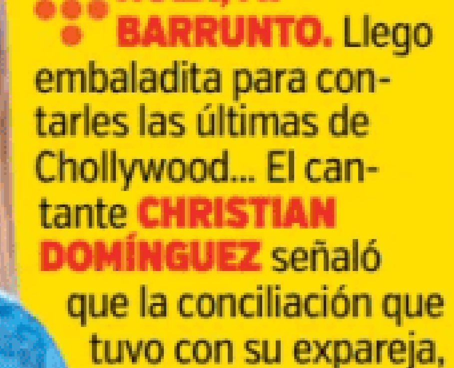
"Este mundo tiene que mejorar por el bien de todos", expresó Korina Rivadeneira mediante sus redes, al ver que su denuncia por tocamientos indebidos fue aceptada, por lo cual el bailarín húngaro Vjda Zoltan se encuentra detenido y el espectáculo 'Dioses del Circo' fue cancelado.

Horas antes, Korina, en su programa 'Desvelados' recordó con angustia el momento que vivió en 'Dioses del Circo'.

"La forma en que me pegó a su cuerpo me asustó. Yo quería irme y me jalaban hacia adentro. Sentí que me pasaban de mano en mano como un objeto. No solamente me siento mal por lo último que pasó, sino desde el inicio. Todo fue agresivo. Me sentí como si hubiese pasado algo peor", indicó.

Luego de la denuncia interpuesta por Korina, la Policía detuvo al bailarín y fue trasladado a la comisaría de Monterrico, donde se encuentra detenido.

Por otro lado, la Municipalidad de Santiago de Surco, multó a la producción del espectáculo y posteriormente clausuró 'Dioses del Circo' tras analizar la denuncia y el daño ocasionado.



HOLA, MI BARRUNTO. Llego embaladita para contarles las últimas de Chollywood... El cantante CHRISTIAN DOMÍNGUEZ señaló que la conciliación que tuvo con su expareja, PAMELA FRANCO, llegó a un buen puerto y todo para el bienestar de su pequeña hija. Manya... Me pasan el talán que XIOMY KANASHIRO estaría condicionando a la producción del programa cómico, 'La casa de la comedia', que no le pongan escenas cariñosas con sus compañeros del elenco. ¿Será que la 'Foquita' es celofán?... En las redes sociales están criticando a FLAVIA LAOS por sus operaciones estéticas y dicen que se está pareciendo a SUSY DÍAZ. La CHUCHI es única... Después de las críticas que ha recibido NICOLA PORCELLA por su actuación en una telenovela mexicana, corre el rumor de que el productor ha decidido 'cortar' algunas de sus escenas. Uyuyuy... NELLY ROSSINELLI lanzó su primer libro, 'Las recetas de mi vida', y el presentador fue su amigo GIACOMO BOCCHIO. Buena... Ahora sí me quito porque mi amorcito me pide que juguemos a las 'manitos calientes'... Suuuaaaveee.

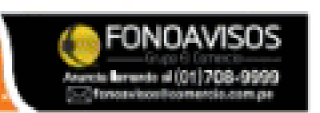
La Pánfila asada por 'Dioses del Circo'

María Victoria Santana, más conocida como La Pánfila, mostró su indignación por lo sucedido a Korina Rivadeneira y señaló que debió recibir una indemnización por parte de 'Dioses del Circo'.

"Ese espectáculo se desvirtuó poniéndole la palabra circo, porque más era un show de strippers y hombres que faltaban el respeto a las mujeres. Tengo entendido que ya cerraron ese circo, pero la víctima debió ser indemnizada, porque al final continúa con el daño, tuvo tocamientos indebidos y una humillación pública. A Korina no le están resarciendo en nada por el mal momento que ha tenido", expresó La Pánfila, quien dijo estar contenta con la aceptación que está teniendo su circo, ubicado en el Parque Industrial de Villa El Salvador. (L.G.)

Dice que eso era un show de strippers

RELAX


FONOAVISOS

WWW.SEXSHOPDELPERU69.COM
Razón Social: SEX SHOP DEL PERÚ SAC RUC 2053
DESARROLLO DEL MIEMBRO
MIEMBRO GIGANTE Y SUPER POTENTE DESARROLLA Y ENGRUESA EN POCOS DÍAS DE 7 CM A MÁS, SIN LIMITE DE EDAD
ADIOS IMPOTENCIA Y EYACULACION PRECOZ
TITAN GEL
TestoUltra
BIO PROST
STUD 100
VigRX Plus
Potencia Sexual
Producto Natural 20 a 90 años
Erección inmediata y dure más
Potencia por 48 horas
JUGUETES Y POTENCIADORES
VIBRADORES FEROMONAS
DILDOS EXCITANTES
PROTESIS RETARDANTES
MUÑECAS LUBRICANTES
FETICHES DILATADORES
DISFRACES FUNDAS/MIEMBRO
LIMA 947450202 JR. DE LA UNION 446 TDA 108 1ER PISO REF. ENTRADA A MOVISTAR
LOS OLIVOS 989183352 ALFREDO MENDIOLA 3803 TIENDA 104 - FRENTE A PLAZA VEA
SAN BORJA 957806590 AV. AVIACIÓN 2410 TDA. 01 - SOTANO
LA MOLINA 980916589 C.C. LA ROTONDA TDA 208 - 2DO PISO
MIRAFLORES 977314641 AV. LARCO 345 TDA M-17 - 2DO PISO TDA 120 - 1 ER PISO
HUACHO 946856899 JR. LA MERCED 159 OFC.06 2DO PISO
JAÉN 969712739 DIEGO PALOMINO 1426 Tda.302 - 3er Piso (Costado de Caja Piura)
ILO 963063108 AV. MERCADO PACOCHA GAL.MEGA PLAZA 2DO PISO
TACNA 961394408 AV. BOLOGNESI 677 CC.SOLARI PLAZA 1ER PISO TDA 1037
AREQUIPA 924700691 CAL MERCADERES 406 - TDA 221
CHICLAYO 991971753 AV. BALTA 1480 OFC. 209
TRUJILLO 995503130 AV. ESPAÑA 2155 TIENDA 208
PIURA 943157926 AV. LORETO 539 TDA 03 1ER PISO
CUSCO 946856918 CAL. MARURI 265 TIENDA 205



Niega que hable de ella para promocionar su faceta como cantante y **dice que siempre le dio oportunidades** de acercarse a sus hijos, **pero las ha perdido por sus acciones**

Romina SE LIMPIA POR ANGIE

Romina Gachoy desmintió los rumores que la señalan de haber usado la inestabilidad emocional y mental de Angie Jibaja para promocionar su faceta de cantante.

"Yo pagué de mi bolsillo mi campaña de prensa. Si fuese tan inconsciente de mezclar, a propósito, un tema personal con mi proyecto musical, hubiese lucrado de ello y cobrado en cada programa en lugar de yo costear mi gira, pero fue una campaña elaborada con semanas de anticipación y mi tema se lanzó antes de que ella (Angie) salga mencionándome en Chile. La primera en hablar de mí y de Jean Paul fue ella, sin previo aviso ni nada. Es más, tengo un audio en el que le reclamo eso", explicó la uruguaya.

Es por eso que decidiste parar el lanzamiento de tu faceta de cantante...

Decidí parar mi campaña por unos días hasta que se tranquilice el tema, porque no es de mi interés seguir hablando sobre esto.

¿Te incomoda que digan que atacas a Angie por publicidad?

Yo soy la persona que más ha confiado en ella, que más oportunidades le di para que hable y vea a sus hijos, a pesar de todas sus equivocaciones, mientras que nadie más apostaba por ella. La que pierde las oportunidades es ella, sola por sus actos. Aun así siempre habrá más oportunidades, pero la próxima vez sí o sí tiene que mostrar pruebas toxicológicas mes a mes. Demostrar que está bien porque no pensamos exponer una vez más a los chicos. No es justo para ellos confiar y decepcionarse cada vez que se acercan a ella de alguna manera. (J. Lino)

Bill Orosco la rompió en Bolivia

El cantante Bill Orosco hizo bailar a los bolivianos y tuvo un lleno total en el concierto que ofreció en La Paz. Miles de personas gozaron con sus éxitos como 'Triste es tu final', 'Señor juez', 'Miénteme', entre otros. "Cantar en Bolivia ha sido un regalo del cielo. Estoy muy agradecido por tanto cariño y respaldo a mi carrera en Perú, Ecuador, Chile, y ahora en el Altiplano", dijo Bill, que el 28 se presentará en Huancayo.

Cantó por primera vez en La Paz ante miles de personas



Kike Suero contó que está tratando de fortalecer su relación con Vicky Torero, tras la crisis de pareja que pasaron hace poco.

"Las cosas están marchando bien con Vicky, así que ahí estamos. El matrimonio o la convivencia es una lucha constante. Siempre habrá altas y bajas, pero nosotros estamos tratando de remar para seguir adelante y pensando a futuro por el bienestar de nuestros hijos. Vicky es y siempre será lo mejor que me ha pasado en la vida", sostuvo Suero. (L.G.)

Para fortalecer su relación con Vicky Torero

Pamela



Pamela López multiplicó por cero a Paco Bazán, luego que el conductor criticara su relación con Paul Michael, a quien llama vago y mantenido.

"No sé el trasfondo de sus comentarios, yo nunca he tenido ningún altercado con Paco. Algo le generará Paul para criticarlo de forma irresponsable", dijo.

¿Lo hará para quedar bien con Christian Cueva?

No creo. Fui testigo del altercado que tuvo con él mediante una llamada telefónica, yo estaba al costado y escuché y grabé todo. (J. Lino)



No entiende por qué critica a Paul Michael

familia bienestar

Logros

Coloca en casa un pizarrón donde tu familia y tú puedan celebrar sus logros, sean grandes o pequeños. Esta práctica refuerza la autoestima y crea un ambiente positivo.



Reduce el estrés

Dedica unos minutos al día a escribir tus pensamientos, emociones y experiencias en un cuaderno personal. Te ayudará a reducir el estrés y mejorar tu bienestar mental.



Plantas en casa

Incorpora plantas en tu hogar para purificar el aire, regular la humedad y crear una atmósfera más relajante. Además de aportar beneficios para tu salud, son un excelente elemento decorativo.



TIENE ALTO VALOR NUTRICIONAL Y FUNCIONAL

LA MACA, UN SUPERALIMENTO PARA EL INVIERNO

POR: YARITZA DÍAZ

¿Menos energía en invierno? La maca peruana es un tubérculo andino milenario reconocido por sus propiedades energizantes y nutritivas. Incluirlo en la alimentación diaria puede ayudar a mejorar la vitalidad, así como el rendimiento físico y emocional.

Cultivada en condiciones extremas en la cordillera de los Andes peruanos, a más de cuatro mil metros de altitud, su raíz concentra compuestos que le otorgan un alto valor nutricional, ideales para aprovechar durante los meses de frío, explica la nutricionista Melissa Paz.

"La maca es un alimento con alto contenido de carbohidratos, fibra, vitaminas, minerales y proteínas. En invierno, el organismo necesita un mayor aporte de energía, y la maca puede ayudar a cubrir esos requerimientos", detalla.

Este superalimento puede consumirse de diversas formas. Una de las más recomendadas es en polvo gelatinizado, ya que el organismo lo asimila mejor y facilita la absorción de nutrientes. También puede prepararse cocida, logrando un efecto similar.

Paz también sugiere incorporar la maca en la dieta de niños, personas adultas mayores, mujeres en etapa de menopausia y quienes padecen osteoporosis, debido a su alto valor nutricional y aporte de calcio. Puede añadirse en batidos, jugos, sopas e incluso en postres.

Este tubérculo andino ***es el aliado perfecto*** para enfrentar los días fríos con más vitalidad

SABÍAS QUE...? **Existen tres tipos de maca que se diferencian por sus colores: roja, negra y amarilla, siendo esta última la más común y accesible.**

LA RECETA DE HOY

Por: Doña Marmita

Puré de espinaca

INGREDIENTES

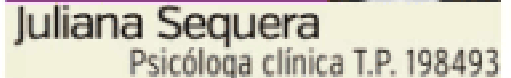
+ 1 cda. de aceite vegetal
+ 3 cdas. de mantequilla
+ 1 diente de ajo picado
+ 250 gramos de hojas de espinaca
+ 300 mililitros de leche fresca
+ 1 kilo de papa huamantanga
+ 100 mililitros de leche

PREPARACIÓN

+ En una sartén a fuego medio, agregar aceite y una cucharada de mantequilla. Esperar a que se derrita y añadir el ajo. Incorporar las espinacas y cocinarlas durante 3 minutos. Licuar con la leche fresca. En una olla, sancochar las papas huamantanga. Luego, pelarlas y prensarlas. En otra olla, agregar la papa prensada y soltar con 100 mililitros de leche fresca. Añadir la mezcla de espinacas licuadas y mover hasta integrar bien. Incorporar la leche evaporada y dos cucharadas de mantequilla. Sazonar con sal y pimienta al gusto. Servir con arroz.



PADRES E HIJOS



Juliana Sequera
Psicóloga clínica T.P. 198493

SOLTAR NO ES RENDIRSE, ES CONFIAR

Soltar no es rendirse, es confiar en que lo que debe quedarse se quedará. Y lo que se va deja espacio para algo nuevo. Nos enseñaron que soltar es perder, pero a veces es la forma más valiente de amar[se]. Soltar una relación que duele, un proyecto que no avanza, una expectativa que aprieta... es un acto de amor propio. No se trata de olvidar ni de negar, sino de honrar lo vivido y elegir la paz. Soltar no es fracaso, es madurez. Y aunque duela, libera. Confiar en la vida, en los ciclos, en los aprendizajes. Porque cuando soltamos, algo dentro se acomoda, y esa ligereza se convierte en fuerza. A veces, lo que sueltas te salva. Soltar también es reconocer que no todo está bajo nuestro control, que el cambio es inevitable y que resistirse solo alarga el sufrimiento. Es abrir la puerta a nuevas oportunidades, personas y experiencias que, quizás, nunca hubieran llegado de seguir aferrados a lo que ya no nos hace bien. Lo que sueltas con amor, no se pierde: se transforma en libertad.

@julianasequera en Instagram

PAOLA OLIVERA

¡ALARMA POR AUMENTO DE ANEMIA EN EL PERÚ!

POR: YARITZA DÍAZ

✖Revelan que el 43.7% de niños menores de 3 años tiene este mal, según experta de Aldeas Infantiles SOS Perú

La anemia infantil continúa siendo uno de los principales problemas de salud pública en el Perú. A pesar de los esfuerzos realizados en los últimos años, las cifras siguen siendo alarmantes y reflejan una situación que trasciende el ámbito sanitario, alcanzando factores sociales y estructurales. Paola Olivera, coordinadora de Cuidado Alternativo y Proyectos de Aldeas Infantiles SOS Perú, advierte, a partir de cifras oficiales, el preocupante panorama que afecta a miles de niñas y niños en el país.

¿Qué porcentaje de niños menores de 3 años tiene anemia en el Perú?
Según la Encuesta Demográfica y de Salud Familiar (ENDES), realizada por el INEI en 2024, el 43,7 % de niños entre 6 y 35 meses de edad presenta anemia, lo que muestra un aumento respecto al año 2023, que fue de 43,1 %.

¿En qué regiones se registra la mayoría de los casos?
Puno encabeza la lista con el índice más alto de anemia infantil: un alarmante 70,4 %. Le siguen Loreto, Madre de Dios y Ucayali.

¿Qué grupo etario es el más afectado?
La anemia afecta principalmente a los niños menores de un año, con una prevalencia del 62 %, cifra que ha ido en aumento en los últimos años.



Paola Olivera, coordinadora de Cuidado Alternativo y Proyectos de Aldeas Infantiles SOS Perú



+datos
La anemia por deficiencia de hierro puede comprometer seriamente el desarrollo cognitivo, emocional y físico de los niños, dejando secuelas a corto plazo y en su etapa adulta.

¿Y en qué situación está la desnutrición crónica infantil?
De acuerdo con ENDES, en 2024, el 12,1 % de niñas y niños menores de 5 años presenta desnutrición crónica, un incremento respecto al 11,5 % registrado en 2023.

¿Es solo un problema de salud?
No. La anemia infantil también está relacionada con factores estructurales como la pobreza, que limita el acceso a una alimentación adecuada. Asimismo, influye la falta de servicios básicos como agua potable y saneamiento.

¿Qué se necesita para reducir la anemia infantil?
El problema no se resuelve únicamente desde el enfoque de salud, también es fundamental mejorar los ingresos de las familias y fortalecer sus capacidades para el cuidado y desarrollo de los niños, entre otras medidas.

¿De qué manera pueden ayudar los ciudadanos?
Estamos organizando la Gala de Estrellas Solidarias con el objetivo de recaudar fondos para cubrir 40,500 raciones de alimentos para niños y adolescentes que forman parte de nuestros programas. El evento se llevará a cabo el 14 de agosto a las 7:00 p. m. Para colaborar, solo debes adquirir una entrada.

¿Hay otras alternativas?
Sí, también tenemos opciones para que las personas se conviertan en amigos o padrinos SOS, con donaciones mensuales desde 10 soles o un aporte de 1 sol diario.

trome ESCOLAR

UNA FECHA QUE SIMBOLIZA EL CORAJE, LA LEALTAD Y EL SACRIFICIO POR LA PATRIA

DÍA DE LA FUERZA AÉREA DEL PERÚ

Cada 23 de julio, el Perú **celebra a su Fuerza Aérea** y conmemora el acto heroico del piloto **José Abelardo Quiñones** en el conflicto con Ecuador

Un día como hoy, 23 de julio, se celebra el Día de la Fuerza Aérea del Perú (FAP), fecha que rinde homenaje al heroísmo del teniente José Abelardo Quiñones, considerado el máximo símbolo de la aviación militar peruana. El miércoles 23 de julio de 1941, durante el conflicto con Ecuador, Quiñones cumplía una misión en Zarumilla (Tumbes) cuando su avión fue alcanzado por fuego enemigo. En lugar de salvarse usando el paracaídas –que dominaba con gran habilidad–, decidió dirigir su aeronave en picada hacia las posiciones rivales, sacrificando su vida para proteger a las tropas peruanas. Este acto de coraje y valentía lo convirtió en una leyenda inmortal de nuestra historia.

Meses después, en octubre de 1941, sus restos fueron repatriados desde Ecuador y sepultados en Chiclayo. En 1961 fueron trasladados al mausoleo de la Base Aérea Las Palmas. En reconocimiento a su sacrificio, el Congreso de la República lo declaró Héroe Nacional en 1966. Cada 23 de julio se realizan ceremonias, desfiles y actividades en honor a los aviadores que, como Quiñones, han demostrado sacrificio por el Perú. Esta fecha reafirma el orgullo y la gratitud hacia la Fuerza Aérea del Perú (FAP), que no solo protege nuestro cielo, sino que también participa en misiones humanitarias, rescates y apoyo ante desastres naturales.

FUERZA AEREA DEL PERÚ

JOSÉ ABELARDO QUIÑONES

curiosidades

EL PRIMER CELULAR DE LA HISTORIA PESABA CASI UN KILO

El primer celular del mundo fue el Motorola DynaTAC 8000X, lanzado en 1983 por el ingeniero Martin Cooper. Este icónico dispositivo marcó el inicio de la telefonía móvil. Pesaba unos 800 gramos, medía más de 30 cm y su batería apenas permitía 30 minutos de conversación. Además, tardaba unas diez horas en cargarse por completo. Su diseño, con gran antena, cuerpo robusto, lo convirtió en un símbolo de estatus, ya que su precio superaba los 4,000 dólares, equivalente a más de 10,000 dólares actuales. Aunque era voluminoso y limitado, el DynaTAC 8000X revolucionó la comunicación y abrió el camino para los smartphones (teléfonos inteligentes) actuales.

LA YAPA

En 1991, cuando se cumplieron 50 años de la muerte de José Abelardo Quiñones, el Banco Central de Reserva del Perú decidió poner su imagen en el billete de 10 soles. En el anverso, se ve su rostro; y en el reverso, el famoso vuelo invertido que realizó en su graduación como piloto en 1939, que cautivó a todos los espectadores, y lo consagró como uno de los mejores pilotos de combate.

EL PORQUÉ DE LAS COSAS

¿POR QUÉ LAS HUELLAS DIGITALES SON ÚNICAS? Se forman en el feto de manera única y aleatoria entre las semanas 10 y 15 de gestación, influenciadas por factores genéticos, lo que genera surcos y patrones irrepetibles, incluso en gemelos. Estas marcas mejoran el agarre y la sensibilidad táctil, y su singularidad las convierte en un método infalible de identificación.

CÓMO SE ESCRIBE

Contumaz

Este adjetivo se usa para describir a alguien que persiste en sus errores, mostrando una firme resistencia a cualquier orden. Generalmente, se emplea en el ámbito judicial para referirse a quien desobedece reiteradamente mandatos legales. También puede utilizarse en contextos cotidianos para señalar una terquedad extrema.

BOSQUE DE PIEDRAS DE HUAYLLAY



El Bosque de Piedras de Huayllay está ubicado en Pasco a más de 4000 m s. n. m. Se trata de una formación geológica con más de 6000 hectáreas de rocas volcánicas esculpidas por la erosión durante millones de años, que adoptan formas de animales, rostros y objetos. Además, el bosque alberga una rica fauna andina, donde destacan vizcachas, zorros y una gran variedad de aves altoandinas.


APROVECHA TU GRATI Y RENUEVA TU COCINA CON EL
SÚPER COMBO
DE trome Y práctika
*Imágenes referenciales.
A Olla arrocera
B Hervidor eléctrico
C Sandwichera
1LT
1.8LTS
S/139.90
ANTES: S/239.90
+CUPÓN
Revestimiento antiadherente
2 AÑOS DE GARANTÍA
A
B
C
1 Busca YA el cupón en tu diario Trome.
2 Recorta el cupón y adquiere tu SÚPER COMBO a un PRECIAZO.
¡ENCUÉNTRALO EN QUIOSCOS O EN NUESTRA WEB!
INCLUYE RECETARIO
APROVECHA TU GRATI Y RENUEVA TU COCINA CON EL SÚPER COMBO DE trome Y práctika
+CUPÓN
Para mayor información, escribe al: 988 070 096
Alcance de la promoción: Lima metropolitana. Vigencia de la promoción: Desde el lunes 30 de junio hasta el viernes 15 de agosto de 2025 o hasta agotar stock. Modalidad: Para participar de la promoción "Mega Combo Práctika", el lector deberá adquirir su Diario Ojo, Trome o Correo, y encontrar el cupón impreso que será publicado dentro del diario. Dentro de cada diario vendrá únicamente un (01) cupón. El lector deberá recortar dicho cupón, acercarse a su quiosco más cercano a realizar la compra y entregar el cupón para la respectiva validación. Una vez validado el cupón, podrá adquirir el Mega Combo de la marca Práctika + recetario a S/139.90 (precio regular: S/239.90). Stock disponible: 1000 unidades. Restricciones: No podrán participar canillas ni menores de 18 años. Legales: Al participar de la promoción, manifiesta su conformidad con nuestros términos (https://trome.com/terminos-y-condiciones) y condiciones y política de privacidad (https://trome.com/politica-de-privacidad/). Servicio al cliente: En caso tuviera alguna duda, deberá enviar un mensaje de WhatsApp a los números 988070096 o 922957466.
Válido para Lima Metropolitana
trome



ASOCIACIÓN DEPORTIVA TARMA
DEVOTA, INCLINADA A LA PIEDAD
MONEDA DE BRASIL
RÍO ASIÁTICO
SE DESPLOMAN
CIUDAD EN FRANCIA
CUERDA, SOGA
501 (ROM.)
POEMA LÍRICO
INDICA ANTERIORIDAD
MANIJA
AVENIDA DE MIRAFLORES
EXPLOTACIÓN, EXCAVACIÓN
PLANTA ANONÁCEA
CAUSAR PENA
TIPO DE PATO SALVAJE
EXISTE
PECARÍ
PATAGÓN
LIMPIAR
IMPAR
VULNERABILIDAD DE AQUILES
FILME DE SPIELBERG
..... DEL PERÚ
COMIDA NOCTURNA
VENTA (INGLÉS)
REZAS
TELE COMEDIA DE ESTADOS UNIDOS
1ER REY DE ISRAEL
LIMPIEN, DESEMPOLVEN
SE MARCHABA A UN LUGAR
... SIMPSON, PERSONAJE DE FICCIÓN
LÁPIDA, TUMBA
FIEL
HUEQUITO PARA EL BOTÓN
SIN COMPAÑÍA
MANIJA
MANIJA
ART. FEMENINO (PLURAL)
ALCOHÓLICOS ANÓNIMOS
A DISTANCIA
EINSTENIO
VECINAS
ZEDA, LAMBDA
EXCLAMACIÓN DE DOLOR
DIOS ÁRABE
DIPTONGO
TROME, SU DIARIO FAVORITO
PERIODO
ASUNTOS, MATERIAS
HERMANO DE MOISÉS
ISLA EN INDONESIA
OPUS ... "OBRA DE DIOS"
RUBÉN DARÍO
VOLCÁN DE SICILIA
DETIENE LA MARCHA
GARANTE
SEMILLA
PIEDRA CONSAGRADA AL ALTAR
HOGAR
NOMBRE MASCULINO
COSTOSO
ASES
EL RÍO MÁS LARGO DE SUIZA
HORNEAN
MOTIVO DECORATIVO QUE SE PONE EN EL BORDE DE ALGO

TU HORÓSCOPO


21.3 | 19.4

ARIES. Buen día para salir a pasear o hacer actividades que salgan de la rutina. Escucha a esa persona.


20.4 | 20.5

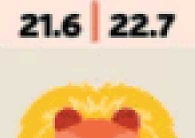
TAURO. Recuerda que los problemas de pareja se resuelven dialogando. Día ideal para descansar. Bebe líquidos.


21.5 | 20.6

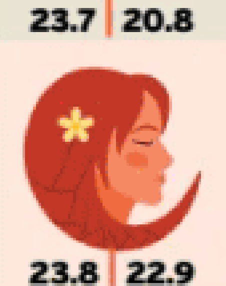
GÉMINIS. Demuestra lo que sientes por esa persona. Mejora tu alimentación, la salud no es cosa de juego.


21.6 | 22.7

CÁNCER. Algo muy bueno se viene en tu vida. Aprovecha el feriado. Escucha consejos de los que saben.


23.7 | 20.8

LEO. Trata de diferenciar la atracción física del verdadero amor. Día óptimo para relajarte.


23.8 | 22.9

VIRGO. Una persona del sexo opuesto te extraña. Deja de lamentarte por algunos hechos del pasado.


23.9 | 22.10

LIBRA. Estás dejando pasar situaciones que se pueden complicar en el futuro. Descansa un poco más.


23.10 | 21.11

ESCORPIO. Respira aire puro, bota lo malo y renueva tu espíritu. Un familiar te dará una grata sorpresa.


22.11 | 21.12

SAGITARIO. Es un buen día para compartir en familia y hacer proyectos. Sal de lo cotidiano.


22.12 | 19.1

CAPRICORNIO. Ahora te das cuenta de que actuaste de manera equivocada. Valora a las personas que se preocupan por ti.


20.1 | 18.2

ACUARIO. Recibirás una noticia que te alegrará el día. Cuida tu presupuesto, no te excedas en frivolidades.


19.2 | 20.3

PISCIS. En el terreno sentimental, hoy es un buen día para expresar tus emociones. Tu pareja te confiesa algo.

PURAS letras

¿POR QUÉ USAMOS LA ESCARAPELA EN FIESTAS PATRIAS?

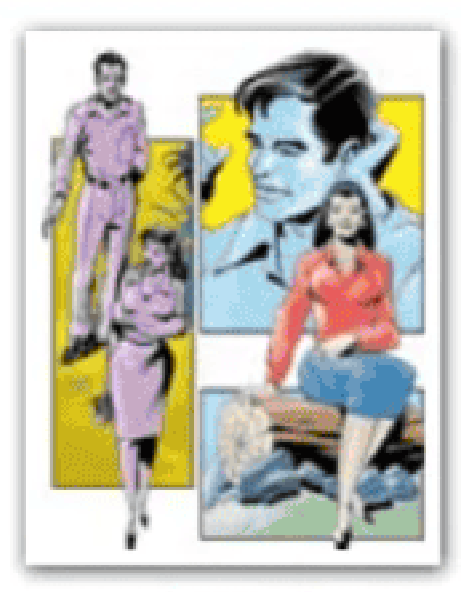
A	D	A	I	R	T	A	P	A	L	R	O	P	R	O	M	A	D	F	A	F
P	E	X	P	R	E	S	A	O	R	G	U	L	L	O	Z	E	A	D	S	O
R	R	P	D	A	Z	O	F	F	A	Z	D	F	A	Z	S	V	S	N	O	M
A	I	U	R	V	I	F	F	A	V	E	V	Z	A	E	D	E	E	D	C	E
F	V	N	M	O	A	N	D	I	M	I	F	A	R	F	N	M	F	A	I	N
E	D	A	D	Y	M	F	D	U	C	F	N	P	A	O	O	V	Z	A	V	T
J	V	E	F	F	H	U	E	E	E	I	E	D	I	F	F	A	Z	V	I	A
A	Z	D	V	Z	A	S	E	D	P	R	A	C	E	E	X	P	R	E	C	L
N	A	A	F	A	T	Z	E	V	U	E	A	L	F	D	D	A	Z	V	S	A
E	F	D	Z	R	Z	T	H	A	E	R	N	V	E	O	A	F	A	Z	E	V
M	V	I	A	A	R	F	N	O	B	L	Z	D	D	S	M	Z	V	Z	R	Z
O	Z	N	F	A	D	O	A	E	M	A	O	F	E	A	D	D	V	A	O	A
H	A	U	P	N	V	Z	L	F	A	D	A	S	V	N	Z	E	A	D	L	F
E	D	S	I	I	D	E	N	T	I	D	A	D	N	A	C	I	O	N	A	L
D	E	D	A	Z	C	V	A	L	O	R	F	G	D	A	Z	I	F	A	V	V
N	A	L	O	S	H	E	R	O	E	S	D	E	L	A	V	Z	A	F	A	Z
I	G	A	A	F	F	A	C	I	V	T	Y	H	J	D	A	E	S	P	A	R
R	V	L	E	S	P	D	S	A	I	R	T	A	P	S	A	T	S	E	I	F

- Demuestra
- amor por la patria.
- Expresa orgullo
- de ser peruano.
- Rinde homenaje
- a los héroes de la
- independencia.
- Fomenta la
- unidad e
- identidad nacional.
- Promueve los
- valores cívicos.
- Es parte de
- las celebraciones
- oficiales de
- Fiestas Patrias.



ME ENGAÑÓ CON UNO DE MIS AMIGOS

Cartas: Editora El Comercio S.A.
Jr. Paracas N°530, Pueblo Libre.
Mail: doctoracarmen01@trome.com

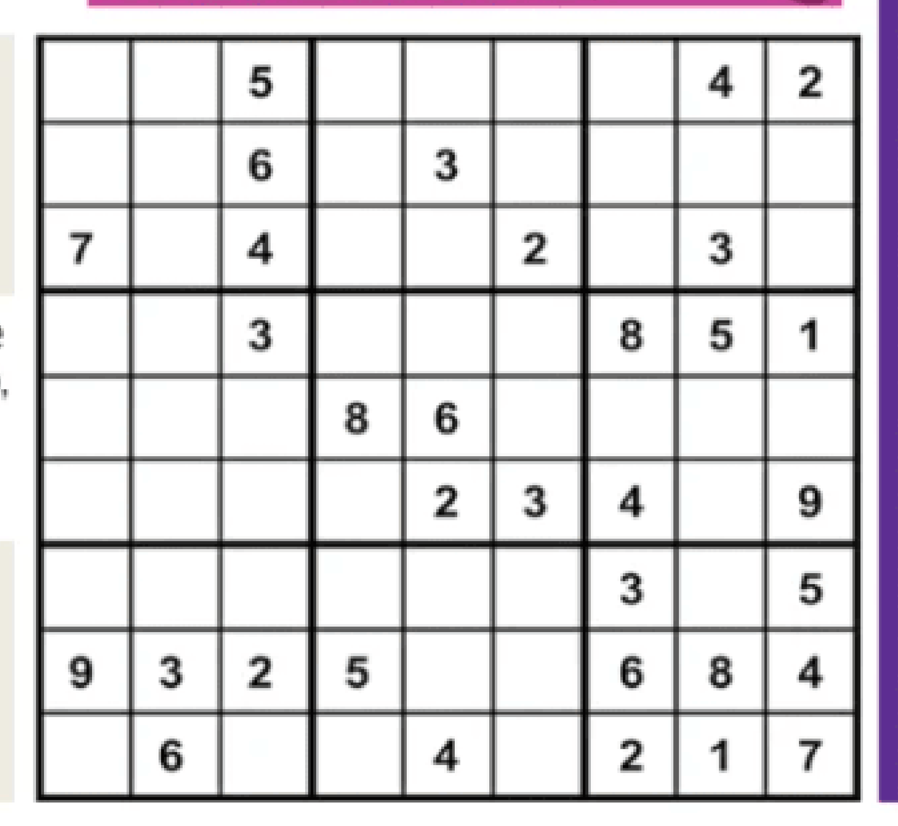


ALDO (47).- Doctora Carmen, estoy destrozado porque me enteré de que mi esposa me engañó con uno de mis grandes amigos y compañero de trabajo. No entiendo cómo pasó. Yo le he dado todo, mis mejores años. Incluso, he ayudado económicamente a su familia. Nosotros tenemos dos hijos ya grandes, que todavía no se enteran de la situación, pero seguro pronto lo harán. Estoy hundido en la miseria. Siento que la vida no tiene sentido y no sé cómo seguir adelante. Mi vida se derrumbó de un momento a otro, doctora. Ruego que me aconseje y diga qué hacer. Gracias.

DOCTORA CARMEN

Mira, hijito: Tremenda situación la que estás viviendo. Lo mejor que puedes hacer es tomar el toro por las astas. Habla con tu esposa, corten por lo sano y tómate un tiempo para sanar esta herida. Verás que muy pronto recuperarás la alegría de vivir. **Suerte.**

TROME sudoku 462



		5					4	2
		6		3				
7		4			2		3	
		3				8	5	1
			8	6				
				2	3	4		9
						3		5
9	3	2	5			6	8	4
	6			4		2	1	7

TROME SERIES

NETFLIX

DISTRITO SALVAJE



TEMPORADAS: 2
CAPÍTULOS: 20

Sigue la historia de John Jeiver 'Yei Yei', interpretado por Juan Pablo Raba. Tras abandonar las filas guerrilleras luego del Tratado de Paz, decide reintegrarse a la sociedad y reunirse con su familia. Sin embargo, se ve envuelto en una red de corrupción y crimen organizado, mientras trabaja de encubierto para no regresar a la cárcel.

SOLUCIÓN GRAMA



NELLA Y SHARON

HINCHAS DEL BINGO BICOLOR

Esta noche a las 7:30 p.m. Alianza se juega su paso a octavos de final de la Copa Sudamericana ante Gremio de Brasil. Por ello, las guapas Nella y Sharon estarán pendientes e hincharán por sus equipos. La primera es torcedora de los 'gaúchos' y la segunda de los íntimos. De paso, pidieron a los lectores de Trome seguir participando en el Bingo Bicolor, que reparte 200 mil soles en premios.

EL BÚHO SE ALISTA PARA VIAJAR



Este Búho se sacude un poquito de los temas espinosos del día a día. Ya los más pequeños de casa salen de vacaciones y las familias van armando planes para divertirse por **Fiestas Patrias** y aprovechar al máximo. No soy ajeno, tengo dos 'cachorros' que están en la flor de su niñez y tienen una batería que no se les acaba nunca. A veces quisiera seguirles el ritmo, pero cuesta. La resaca de los años trajinados pesa en este periodista. Sin duda, nuestra primera parada será la **Feria Internacional del Libro de Lima**, un evento al que asisto cada año. Esta vez, será escoltado por mis retoños. Además de visitar los stands de literatura inglesa, francesa y rusa, recorreré las librerías para niños. El año pasado encontré una hermosa edición de **'El Principito'**, con ilustraciones del **artista Marcelo Wong**. Una obra de arte en papel cuché y tapa dura. Además, me hice con unos cuantos libros animados de dinosaurios. Pero la Feria no solo es literatura, también son talleres y manualidades, espectáculos de música e interesantes conversatorios. En los primeros días estuvo el inmenso **Javier Cercas, el siempre pícaro Jaime Bayly y el ídolo de los jovencitos: Blue Jeans.** Estos días también serán motivo para salir de la caótica Lima. Una de nuestras paradas favoritas es **Calango, la tierra de los camarones.** Está a una hora al sur de Lima. Lo maravilloso de **Calango**, además de su aire puro y su tranquilidad, es su gastronomía. Ahí pude probar una de las mejores torrejas de camarones de mi vida, con arrocito blanco, yucas fritas y salsa criolla. Acompañado de **tártara y chicha morada fresquita**. Ni qué decir de su chupe y de sus **chicharrones crujientes**.

Siempre es bueno desintoxicarse de la capital porque a uno lo puede terminar devorando. También es buena opción las **Lomas de Lúcumo en Pachacámac**: donde los cerros, debido al invierno, se han llenado de vegetación y es una maravilla realizar trekking por ahí. Está apenas saliendo de Lima. Y si no hay presupuesto, pues los planes en casa también son divertidos. Ahora con Internet uno tiene las puertas abiertas al mundo y puede encontrar series completas como **'Los años maravillosos',** una joyita de antaño que a pesar del tiempo sigue siendo conmovedora y nostálgica. Una verdadera producción familiar en la que un **inocente Kevin Arnold** va descubriendo el mundo con errores y aciertos. Quienes crecimos con esta serie nos hemos identificado con el personaje principal, pues es un muchacho lleno de preguntas, de ímpetu, pero también con las revoluciones al máximo y con la curiosidad a tope. Este columnista antes armaba su agenda con epicentro en el **Centro de Lima. En el Queirolo o en el bar Don Lucho, con los 'viejos zorros' del periodismo.** Pero son páginas de un libro que voy pasando. Ahora, en mis feriados, prefiero la tranquilidad de un día en el campo, una buena lectura o película, visitar huariques que me recomiendan los amigos o asistir a eventos musicales. Apago el televisor. *